

Улыбнёмся...

Муж приходит домой поздно, жена спит, на столе записка: «Еда на завтра в холодильнике. Перед сном ничего не ешь! Я пересчитала все котлеты. И макароны!»

Как взбить молоко в пену для капучино

Приготовление вкусного капучино с пеной не требует дорогостоящего оборудования. Всё, что вам нужно для приготовления идеальной молочной пены, — это венчик или миксер.

Взбивание венчиком. Если есть свободное время, то можно взбить молоко для капучино при помощи обыкновенного венчика.

Потребуется налить жидкость в ёмкость и поставить на плиту. Когда молоко немного подогреется, нужно будет опустить в молоко венчик и быстрыми движениями взбить его. Как только консистенция пены достигнет удовлетворительной, можно переложить её по чашкам. Для нагревания молока можно использовать и микроволновку. Для этого ёмкость с ним рекомендуется поместить в агрегат на 30 секунд. Не следует допускать перегрева жидкости, иначе она не взобьётся.

Взбивание миксером. Взбить молоко для капучино проще всего при помощи миксера. Потребуется налить в ёмкость 100 мл жидкости и поставить на медленный огонь. Затем включить миксер на среднюю скорость и опустить в молоко. Температура молока не должна быть более 70°C, за этим нужно следить во время взбивания. Когда получится обильная пена, можно отключить огонь и переложить её в чашки с ароматным кофе. Сверху можно добавить корицу, тёртый шоколад или фисташки.

Ублажаем привереду**Сырники с клубникой в сметанном соусе**

Творог (пастообразный) — 400 г, манка — 1 ст. л., белок — 1 шт., сахар — 3 ст. л. (для любителей послаще — сахара класть больше), ванильный сахар — 0,5 ч. л., клубника — по 1 шт. на сырник.

Для соуса: сметана — 100 мл, сахарная пудра — 1 ст. л.

Творог, манку, белок, сахар и ванильный сахар соединить и тщательно перемешать. Творожную массу поставить на 20 минут в холодильник, затем разделить её на одинаковые шарики и положить вовнутрь по клубничке, сформировать сырник, обвалять в муке и обжарить с двух сторон на сковороде на среднем огне до румяной корочки, затем накрыть крышкой, выключить огонь и дать им дойти до готовности минут 10, затем охладить и подать со сметаной, взбитой с сахарной пудрой.

Советы

❖ Пятна на кухонной плите, особенно жирные, удаляются с помощью поваренной соли. Для этого их следует посыпать порошком, пока поверхность ещё горячая, и вычистить с помощью обычной бумаги.

❖ Засохшие пятна на плите оттираются с помощью питьевой соды. Чтобы окончательно их удалить, протрите поверхность водой с аммиаком (на стакан воды — 5-8 капель нашатырного спирта).

❖ При необходимости натереть на тёрке чеснок сделайте это, предварительно наложив на её поверхность кусок целлофана. Если натирать через плёнку, то вы не поцарапаете пальцы, а чесночная кашица вся останется на ней, даже не запачкав тёрку.

❖ Используйте для дезинфекции всех кухонных поверхностей уксус, разбавленный водой. Держите под рукой пульверизатор с этой жидкостью и, при необходимости, обрабатывайте подлежащие обеззараживанию места.

❖ Старую тёрку можно наточить, используя наждачную бумагу. Просто потрите ею металлическую поверхность, и тёрка снова будет острой.

❖ Грязь внутри духового шкафа смачивается с вечера нашатырным спиртом. Утром вам останется только протереть внутреннюю поверхность влажной губкой.

❖ Если у вас подвяла листовая зелень, то опустите её сначала в миску с горячей водой, а затем — с холодной.

Для тех, кто любит готовить**Суп-пюре с кабачками и яблоками**

Куриный или овощной бульон — 3 ст., нарезанный кабачок — 2 ст., морковь, стебель сельдерея и яблоко — по 1 шт., сливки — 1/4 ст., сливочное масло — 1 ст. л., соль.

Нарезать мелким кубиком сельдерея и морковь, обжарить 5 минут на сливочном масле, положить кабачок и влить горячий бульон. Довести всё до кипения, подсолить, варить ещё 5 ми-



нут на слабом огне. Яблоко нарезать кубиками, положить в суп, проварить его 15 минут. Далее суп нужно измельчить блендером и перелить обратно в кастрюлю, заправить сливками и довести до кипения, сразу выключить огонь и подать к столу с гренками и зеленью.

Салат с морковью и печенью

Куриная печень — 300 г, морковь, лук — по 3 шт., маринованные огурцы — 3 шт., кукуруза консервированная — 12 ст. л., подсолнечное масло — 3 ч. л., лёгкий майонез — 10 ч. л.



Морковь нашинковать соломкой, лук нарезать кубиками. Всё посолить и обжарить на растительном масле. Куриную печень отварить и нарезать. Маринованные огурчики нарезать кубиками. Смешать морковь с луком, печень, кукурузу, огурчики и заправить майонезом.

Кабачки, запечённые с фаршем и сыром

Кабачок — 1 крупный, болгарский перец — 2-3 шт., помидоры — 0,5 шт., твёрдый сыр — 150-200 г, фарш, немного майонеза.

Кабачок порезать кольцами толщиной в 1,5 см и эти кольца ещё разрезать на 3-4 кусочка, выложить их все на противень, смазанный под-



солнечным маслом. Затем порезать кружочками помидоры и выложить их поверх кабачков. Сверху положить весь фарш. Фарш немного смазать майонезом. Полосками нарезать болгарский перец и выложить его на фарш. Всё посыпать натёртым сыром и отправить в духовку на 40-60 минут при температуре 200 градусов.

Голубцы из духовки

Фарш — 600 г, рис — 100 г, капуста — 300 г, лук репчатый — 100 г, яйцо — 3 шт. сметана — 400 г.



Фарш смешать с мелко нарубленным луком, рисом, отварными яйцами, добавить соль, перец. Капусту отварить, снять листья, завернуть в каждый лист фарш. Выложить голубцы плотненько друг к другу на глубокий противень, сбрызнутый маслом, намазать сверху сметаной. Поставить в духовку примерно на 1 час, пока сметана не зарумянится.

Манно-овсяные блины

Нежные блинчики без муки, ну просто объедение!

Овсяные хлопья — 1 ст., манная крупа — 1 ст., кефир — 500 мл, яйца — 3 шт., сахар — 2 ст. л., сода, соль — по 1/2 ч. л., растительное масло — 3 ст. л.



Смешать в миске манную крупу и овсяные хлопья. Залить их кефиром, перемешать и оставить на 2 часа. Яйца взбить, добавить в миску. Добавить соль, сахар и соду. Влить масло, перемешать и жарить блинчики.

Пирожки «Бомбочки»

Для теста: мука — 3-3,5 ст., вода (кипяток) — 1 ст., растительное масло — 4 ст. л., сахар — 1 ч. л., соль — 1 ч. л.

Для начинки: помидоры — 5 шт., брынза (или творог) — 200 г, чеснок — 2 зубчика, зелень, соль.



Помидоры порезать кружочками. Брынзу размять вилкой, если это творог — то посолить, выдавить через чеснокодавилку чеснок, добавить порезанную зелень и перемешать. В воде (кипятке) размешать сахар и соль, добавить растительное масло. Добавить муку. Вымесить мягкое тесто. Дать тесту отдохнуть 30 мин. Затем раскатать половину теста в большой тонкий пласт. Разложить на тесто кружочки помидоров не ближе чем 3 см друг от друга. На помидор выложить начинку. Раскатать второй пласт теста, накрыть им первый с начинкой. Стаканом подходящего диаметра вырезать пирожки по контурам каждого кружочка помидора — так поступаем со всеми пирожками. Жарить пирожки в большом количестве раскалённого растительного масла с обеих сторон. Выложить на бумажное полотенце для устранения излишков масла. Приятного аппетита!

Мороженое из бананов

Очистить бананы от кожуры. Разрезать их на мелкие кусочки. Сложить на тарелку и заморозить 1-2 часа в морозильнике.



Затем просто измельчить бананы в кухонном комбайне. Можете попробовать добавить другие фрукты, ореховое масло или шоколад.

Не запасли зелень на зиму? Ещё не поздно!**Солёные укроп и петрушка**

На 1 кг свежей зелени требуется 200 г крупной соли.

Листья и молодые побеги промыть, обсушить, мелко нашинковать, перемешать с солью и плотно уложить в стерилизованные банки объёмом не более 0,5 л. Примерно через 2 дня масса осядет, и надо будет из одной дополнить все банки доверху. Хранить солёную зелень в холодильнике.

Сухие пряные смеси

Сухие укроп, петрушку, сельдерея, эстрагон, базилик, тимьян используют как по отдельности, так и в смесях для ароматизации супов, бульонов, соусов, вторых блюд.

Промытую и обсушенную зелень разложить на решётки слоем около 1,5 см и сушить. Правильно высушенные растения имеют тёмно-зелёную или серо-зелёную окраску и сохраняют аромат. Хранить сухую зелень в воздухопроницаемой таре в проветриваемом помещении.

Свежемороженые шпинат и щавель

Листья шпината и щавеля помыть, обсушить, мелко нарезать, утрамбовать в пластиковые контейнеры и поместить в морозильную камеру. Витамины комплекса В и каротин сохраня-



ются в замороженной зелени больше трёх месяцев. Используют её в основном для приготовления супов.

Аджика из зелени

500 г листьев кинзы (кориандр), по 250 г петрушки и сельдерея, 100 г укропа, 2 острых перца чили, соль — по вкусу.

Зелень хорошо промыть, погружая в воду, и просушить. Измельчить в блендере листья и перец до пастообразного состояния или растереть всё в ступке. Добавить соль по вкусу. Хранить в стеклянной банке в холодильнике. Использовать как приправу или соус.

Засахаренная мята

Листья мяты промыть, обсушить, обмокнуть во взбитый белок, потом,

держа каждый листик за черешок, обсыпать его сахарной пудрой, осторожно положить на кальку или вощёную бумагу и высушить. Сухие засахаренные листья сложить в картонную коробочку. Они не теряют своих качеств в течение года, используются для приготовления мятного чая и других напитков.

Несколько советов

❖ Перед тем как приступить к заготовкам, можно сначала пару минут подержать зелень в холодной солёной воде, а потом уже промыть её и обсушить. Таким образом мы избавляемся от всяческих паразитов, которые обитают в земле.

❖ Заготовки надо плотненько утрамбовывать в банки. Чем больше зелени вы натолкаете, тем дольше и лучше она будет храниться.

❖ После закатывания банки с солёной зеленью необходимо перевернуть её вверх дном и укутывать сверху покрывалом. Это делается для того, чтобы процесс остывания не был резким, а проходил как можно медленнее.

❖ Остывшие баночки с заготовками хранить нужно в прохладном месте, лучше всего в погребе или подвале.

Приятных вам хлопот!